Introduction

Lorsque Christophe Colomb commença ses explorations, la Nina, la Pinta et la Santa Maria transportaient probablement des fruits secs, légumes et viandes pour satisfaire l'appétit de l'équipage.

Les hiéroglyphes égyptiens peignaient des dessins d'hommes, du soleil et de divers aliments. Ces dessins racontaient peut-être en détail les méthodes que les peuples primitifs utilisaient pour préserver leurs récoltes. Mais de nos jours, avec la modernisation des anciennes techniques de séchage naturel, il est facile comme bonjour de préserver les aliments par le séchage.

Le déshydrateur d'aliments Excalibur enlève l'eau des aliments au moyen de la circulation d'air tiède thermostaté. Une variété d'aliments, des amandes dorées au maïs frais de la ferme en passant par les anneaux d'ananas sucré des îles peuvent être déshydratés. Les fruits et légumes frais ne sont cependant pas les seules denrées généralement conservées dans un séchoir d'aliments ! Il est possible de mariner des tranches de boeuf, poulet, poisson et même venaison dans une combinaison de sauces et d'épices, pour les transformer facilement en charqui fait à la maison. Une couche de yogourt étendue sur une feuille de Paraflexx™ ou de film étirable sèche et devient une légère collation aux couleurs vives ressemblant à la tire.

Les coûts d'exploitation pour votre déshydrateur d'aliments sont d'environ 1 à 3 cents l'heure. En comparant Excalibur à vos méthodes traditionnelles de mise en conserve ou de congélation, vous pourrez constater que le prix modique de votre investissement initial en vaut la peine.

Consignes de mesures de protection et instructions de fonctionnement

Il faut toujours suivre ces précautions de sécurité fondamentales en utilisant ces appareils électriques :

1. Lire toutes les instructions.
2. Ne pas toucher les surfaces chaudes
3. Pour se protéger contre les dangers électriques, n'immerger aucune pièce du déshydrateur, cordon ou fiche dans l'eau ou autres liquides.
4. Il faut surveiller de très près l'appareil lorsqu'il est utilisé par des enfants ou en proximité de ceux-ci.
5. Le débrancher lorsqu'il n'est pas utilisé ou avant de le nettoyer. Laisser refroidir avant d'ajouter ou d'enlever des pièces.
6. Ne pas faire fonctionner l'appareil avec une corde ou une fiche endommagée ou après un fonctionnement défectueux de l'appareil ou encore si celui-ci a été endommagé de quelque façon. Retourner l'appareil au service autorisé le plus près pour le faire éventuellement réparer, ajuster ou contrôler.
7. L'utilisation d'accessoires non recommandés par le fabricant peut être dangereuse.
8. Il ne faut pas utiliser d'ustensiles pointus à l'intérieur du déshydrateur.
9. Ne pas laisser pendre le cordon par dessus le bord de la table ou du comptoir ou ne pas toucher les surfaces chaudes.
10. Ne pas utiliser à l'extérieur.
11. Ne pas placer sur ou près du gaz chaud ou en proximité d'un brûleur électrique ou encore sur un four chaud.
12. Brancher toujours le cordon dans la prise au mur avant d'allumer l'appareil. Fermer l'interrupteur *"off""* pour débrancher avant d'enlever la fiche de la prise au mur.
13. Ne pas utiliser l'appareil à d'autres usages que pour celui auquel il a été conçu.
14. Pour nettoyer, essuyer avec un linge humide et un détergent doux.
15. *Conserver ces instructions !*

Instructions pour le fonctionnement

Il est très simple de faire fonctionner votre Excalibur : commencez simplement par brancher votre appareil. Ensuite, à l'aide des deux mains, (pour éviter le renversement), glissez soigneusement en position les plateaux chargés d'aliments. Lorsque les plateaux sont en place, replacez la porte* et réglez le thermostat à la bonne température.

1. Placez le déshydrateur sur une surface lisse et sèche.
2. Déposez les aliments sur le plateau Placez la porte sur l'appareil.
3. Branchez le cordon dans une prise de courant standard de 120 volts.
4. Réglez le thermostat à la température désirée.
5. Lorsque les aliments ont été déshydratés, et sont secs, laissez-les se refroidir. Voir pages 7 - 11 pour le test de séchage qui convient et le temps de séchage approprié. Puis mettez sous emballage clos dans des contenants étanches à l'air.

Pour le bon usage de la porte référez-vous à la page 24.

Guide de température
Pour votre commodité, un guide de température en couleur a été apposé sur votre appareil Excalibur. Il suffit de suivre ce guide pour obtenir la température exacte lorsque vous séchez les aliments. Si la chaleur est trop élevée, il y a risque qu'il se forme une croûte sur les aliments, qui auront une consistance sèche à l'extérieure mais encore humide à l'intérieur. Par contre, si le réglage de la chaleur est trop bas, le temps de séchage et le besoin d'électricité augmentent.

Minutage
Suivez la nomenclature des aliments aux pages 7 - 11 : vous trouverez le temps nécessaire à la déshydratation de chaque type d'aliment. Les temps de séchage, cependant, dépendent énormément de multiples facteurs. Ces facteurs comprennent le montant d'humidité dans l'air, l'humidité contenue dans les aliments mis à sécher et la méthode de préparation.

Humidité : Il faut garder l'air en mouvement. L'air stagnant retiendra bientôt toute l'humidité possible, rendant le séchage impossible. Le séchage doit être un procédé continuel afin de prévenir la croissance de micro-organismes. Contrôlez votre service météorologique local pour déterminer le niveau d'humidité de la journée. Plus l'humidité est près de 100%, plus il faudra du temps pour faire sécher vos aliments.

Contenu d'humidité : Le montant actuel d'eau dans les aliments que vous êtes en train de sécher est également une importante considération. Rappelez-vous, le contenu d'eau d'un fruit ou légume varie selon la pluviosité de la saison de croissance et les facteurs de l'environnement ainsi que de la maturité de consommation des aliments.

Tranchage : Un tranchage uniforme est le dernier facteur pouvant contribuer à la longueur du cycle de séchage. Si les aliments que vous séchez sont tranchés convenablement, (pas plus d'1/4" pouce) et étendus également en une seule couche sur les plateaux de séchage, vous avez toutes les conditions pour obtenir le meilleur succès !

Nettoyage
Votre appareil est facile à nettoyer, autant à l'intérieur qu'à l'extérieur. Essuyez avec une éponge humide et de l'eau savonneuse tiède et rincez bien. Il suffit de nettoyer les plateaux en les plaçant dans le panier supérieur du lave-vaisselle. La plaquette de grillage amovible du plateau permet à l'air de circuler complètement autour de la nourriture. Cette construction des plateaux prévient également l'humidité de s'enfermer sur la face inférieure des pièces. Par conséquent, le séchage le plus uniforme possible est obtenu.
Votre Excalibur a été équipé d'une porte amovible. Cette porte en verre coloré prévient la lumière de décolorer les couleurs ou de soustraire des substances alimentaires des aliments pendant qu'ils sèchent. Utilisez la porte avec délicatesse pour éviter qu'elle ne s'égratigne. Pour nettoyer, utilisez une éponge ou un linge doux seulement.

TEMPÉRATURE

Température
La plage du thermostat est de *850* à 1550 F. (450 à 840°C)
L'interrupteur marche/arrêt dans les groupes de plateaux 5 et 9 sans minuteur, se trouve dans le thermostat. Tourner dans le sens antihoraire pour arrêter (off).
Tournez le thermostat dans le sens horaire pour le réglage de température désirée.

ARRÊT DE LA MINUTERIE

Minuterie
Sur les groupes avec une minuterie de 26 heures, la Minuterie est l'interrupteur marche/arrêt.
Pour sélectionner le fonctionnement chronométré, tournez la poignée au réglage de temps désiré.
Au cours du chronométrage, la poigné indique le temps restant. Pour des informations sur la minuterie, consultez les temps de séchage des pages 7 à 11.

Préparation

Il n'existe pas vraiment de bonne ou de mauvaise façon pour préparer le séchage de vos aliments. En suivant ces quelques directives vous réussirez !

• Les tranchez doivent avoir une épaisseur uniforme.
• Essayez de sécher les pièces d'une épaisseur non supérieure à 1/4" (0,6cm). (Sauf pour les abricots, nectarines, pêches cerises, raisin, raisin de Corinthe,
prunes et autres petits fruits à chair molle pouvant être séchés en les coupant à demi ou en quart. Consultez *Conservez-le naturellement !* pour de plus amples détails.)
• Il ne faut pas couper les aliments en dés trop petits, car ils vont réduire au cours du séchage et pourraient glisser à travers la plaquette de grillage amovible.
• Il faut trancher les viandes pour le charqui à une épaisseur de 3/16" (1,1cm) et surveiller la surabondance de gras avant le séchage.
Les coupes de viande bon marché tendent à être plus maigre à cause du manque de "persillage" de gras. Ces coupes sont parfaites pour le charqui fait à la maison ! Taillez ces viandes dans le sens contraire du grain pour qu'elles soient plus tendres. Trancher dans le sens du grain s'il s'agit d'une coupe plus tendre.
• Il est possible de sécher le produit avec la peau encore intacte. Les aliments avec des peaux non digestibles font exception, comme l'ananas, kiwi, papaye, noix de coco, bananes, navets et patates sucrées.

Prétraitement

Le prétraitement des aliments n'est pas une procédure essentielle lorsque vous utilisez votre déshydrateur d'aliments Excalibur.
Les temps de séchage rapides et les conditions contrôlées dans lesquelles votre appareil fait sécher les aliments risquent de les altérer. Le prétraitement cependant, aide à les maintenir.

• Couleur : réduit l'oxydation des aliments comme les pommes et les pommes de terre les empêchant de prendre une couleur de rouille.
• Substances nutritives : aide à retenir la perte minimale qui tend à se produire au cours du processus de séchage.
• Texture : les chances de détérioration de fibre dans le processus sont minimisées.
Il y a à la base deux types de prétraitements, le trempage et l'ébouillantage.

Trempage

Le trempage est un traitement utilisé principalement pour empêcher les fruits et les légumes d'oxyder. Vous trouverez à la suite des trempages de prétraitements variés pouvant vous intéresser.

• Sulfite acide de sodium : Lorsqu'il est mélange avec de l'eau, le sulfite acide de sodium est une forme liquide de soufre. C'est l'antioxydant le plus efficace et le plus économique. Utilisez uniquement une teneur de sulfite acide de sodium admissible pour l'innocuité des aliments, faite spécialement pour la déshydratation. (Le sulfite acide de sodium Excalibur est disponible à l'endroit où sont vendus les déshydrateurs.)

Si vous êtes sujet à des réactions d'allergie au soufre, parlez-en à votre médecin avant d'utiliser le sulfite acide de sodium comme trempage.

• Fruits : Mélangez 1 1/2-2 cuillerées à table de sulfite acide de sodium Excalibur dans un gallon d'eau. Laissez tremper les tranches de fruits pendant cinq minutes et les moitiés de fruits pendant quinze minutes. Rincez.

• Légumes: Recommandé pour l'ébouillantage seulement. Ajoutez une cuillerée à thé de sulfite acide de sodium Excalibur pour chaque tasse d'eau d'ébouillantage et mondez comme vous le faites normalement. Particulièrement recommandé pour les légumes qui seront entreposés pour une période de plus de trois mois.

• La trempette acide ascorbique/acide citrique est une simple forme de Vitamine C. L'acide citrique se trouve dans tous les agrumes. Ces trempettes de type agrumes sont disponibles dans les pharmacies ou magasins d'aliments naturels sous forme de cristaux, poudre ou tablettes. Trempez le produit préparé dans une solution de 2 cuillerées à thé de poudre dans une pinte (1,9 litre) d'eau pendant deux minutes.

• Trempette de jus de fruit: Les jus d'agrumes, comme l'ananas, le citron ou la lime sont des antioxydants naturels. Mélangez une tasse de jus dans une pinte (0,9 litre) d'eau chaude et trempez pendant 10 minutes. (Remarque : Le jus de fruit possède 1/6 de l'efficacité de l'acide ascorbique pure et ajoute de la saveur à vos aliments).

• Trempette au miel : Les trempettes au miel sont usées fréquemment sur les fruits à sécher. Plusieurs fruits séchés vendus dans les épiceries ou les magasins d'aliments naturels ont été traités de cette façon. Le miel rend le fruit considérablement plus sucré et il ajoute des calories ! Dissoudre une (1) tasse de sucre dans trois (3) tasses d'eau chaude. Laissez le mélange refroidir jusqu'à ce qu'il devienne tiède puis ajouter une tasse de miel. Trempez les fruits par petits lots, enlevez à l'aide d'une cuillère trouée et laissez égoutter complètement avant de déshydrater.
En faisant une trempette, veuillez suivre les directives spécifiques susmentionnées. Ensuite, égouttez les aliments traités et rincez complètement. Absorption de tout excès d'humidité avec des serviettes en papier avant de placer les aliments dans le déshydrateur est l'importante étape finale. L'excès d'humidité sur les aliments prolongera le cycle de séchage.

Ébouillantage

L'ébouillantage, comme un moyen de prétraitement, peut s'effectuer soit dans l'eau bouillante soit en cuisant les aliments à la vapeur. Souvent, il est fait référence à ce traitement comme "craquelage" ou "faïençage". Cette méthode s'avère particulièrement efficace sur les fruits à peau dure (ayant quelques fois un revêtement cireux de protection) comme les raisins, prunes et canneberges, etc. En faisant bouillir les fruits dans de l'eau pendant 1 ou 2 minutes, la peau "craque" et permet à l'humidité de sortir plus facilement , facilitant la rapidité du séchage.

• Blanchiment à l'eau : Remplissez d'eau une grande marmite jusqu'à la moitié. Portez l'eau à ébullition et mélangez directement les aliments dans l'eau bouillante. Couvrir et blanchir pendant environ trois minutes.
Enlevez les aliments de l'eau bouillante et placez-la dans l'eau glacée pour refroidir. Absorbez avec une serviette pour enlever l'excès d'eau avant de sécher.

• Blanchiment *à la vapeur :* En utilisant une marmite à vapeur, remplissez la partie inférieure de 2 pouces (5cm) d'eau. La section perforée supérieure est ensuite remplie d'aliments. Laissez l'eau bouillir rapidement pendant environ quatre minutes.
Enlevez les aliments de l'eau bouillante et placez-la dans l'eau glacée pour refroidir. Absorbez avec une serviette pour enlever l'excès d'eau avant de sécher.

***• Cuiseurs à vapeur électrique*s :** Les cuiseurs à vapeur sont probablement la meilleure façon d'effectuer le blanchiment. Le cuiseur à vapeur électrique contribue à la rétention des substances nutritives, et les couleurs des aliments sont vives et souligne la saveur naturelle des produits. Suivez les directives continues dans le manuel de fonctionnement du cuiseur à vapeur électrique pour le blanchiment individuel des fruits et des légumes.

Conservation et reconstitution

Les contenants des aliments séchés doivent être sans humidité ou insectes. Les bocaux en verre avec des couvercles hermétiquement serrés et des sacs à fermeture par pression et glissière en plastique et thermoscellables sont des contenants de conservation recommandés. Les boîte de métal sans danger pour les aliments, comme les boîtes de café ou les tines à biscuits peuvent être utilisées pour ranger des sacs individuels pour une plus grande protection.
Il faut ranger vos aliments sec dans un endroit frais, sombre et sec. La température idéale pour le rangement de la température est de 50 à 60°F (10 à 15°C). En outre, ranger les aliments de cette manière protège la saveur et la couleur de vos produits sec.

Reconstitution

Les aliments déshydratés s'incorporent facilement à votre diète. Les propriétaires de déshydrateur Excalibur ont l'habitude de faire la pause avec des morceaux de légumes secs, viande assaisonnée déshydratée ou croustilles de banane ! Les aliments secs réhydratés ajoutent une nouvelle dimension à la versatilité de la préparation quotidienne des aliments.

Les aliments séchés convenablement ont de bonnes propriétés de réhydratation. Ils retournent pratiquement à leur dimension, forme et apparence d'origine. S'ils sont manipulés correctement, ils conservent leur saveur et leur arôme, ainsi que leurs sels minéraux et une appréciable quantité de vitamines. Il existe plusieurs méthodes de reconstitution des aliments, en trempant les aliments dans l'eau ou le jus par exemple, dans l'eau bouillante, en les cuisinant ou en utilisant une marmite électrique à vapeur. Il est important de se rappeler de ne pas ajouter de sel, sucre ou épices au cours des premiers cinq minutes de reconstitution car ces additifs entrave le processus d'absorption.

• Le cuiseur à vapeur électrique est un des moyens les plus efficace et facile pour réhydrater les aliments. L'aliment est place dans le bol de riz, et couvert avec un liquide. La circulation de la vapeur contribuera à la perméation des aliments et à leur redonner leur état rebondi original. Pour de meilleurs résultats de réhydratation, veuillez suivre les directives dans votre manuel de fonctionnement de la marmite à vapeur.

• Trempage : Lorsque vous trempez les aliments, placez les morceaux dans une casserole peu profonde et donnez 1 ou 2 heures de temps pour que se produise le processus de réhydratation. Pendant la réhydratation au cours de la nuit, placez la casserole dans le réfrigérateur.

• Eau bouillante : Pour reconstituer les légumes, placez une tasse de légumes séchés dans une tasse d'eau bouillante. Laissez tremper pendant 20 minutes. Préparer en suivant votre recette. Pour reconstituer les fruits, placez une tasse d'eau et une tasse de fruits secs dans une casserole et cuire doucement jusqu'à ce qu'ils soient tendre.

• Cuisson : Pour les légumes d'accompagnement, coulis, garnitures ou compote, utilisez une partie liquide pour une partie d'aliments secs. Pour les aliments utilisés dans les soufflés, tartes et pains rapides, ajoutez deux parts de liquide pour trois parts d'aliments secs. En cuisant les fruits, placez-les dans la poêle avec de l'eau bouillante. Tournez la chaleur à feu doux (*low*) et cuisez doucement jusqu'à ce qu'ils soient tendres.

Les tableaux suivants sont des directives pour la préparation, minuterie et essai de différents fruits et légumes. Si le niveau d'humidité est bas durant les jours consacrés au séchage, votre temps de séchage sera plus près de la première quantité d'heures énumérées. Si l'humidité est élevée, le temps de séchage sera plus près du deuxième groupe d'heures énumérées.

Guide pour le séchage des aliments, Fruits

Aliment	*Préparation*	*Essai*	*Temps*
Pommes	Épluchez, enlevez le coeur et taillez en tranches ou anneaux de ¼" (0,6cm) d'épaisseur. Saupoudrez de cannelle, au choix.	Malléable	7-15 heures
Abricots	Lavez, couper à moitiés, tranchez et enlevez le noyau. Laissez sécher le côté de la peau vers le bas.	Malléable	20-28 heures
Bananes	Pelez et coupez en tranches de 1/8" (0,3cm).	Coriace	6-10 heures
Mûres	Laissez telles quelles Pour les mûres à la peau cireuse prétraitez par craquelage.	Coriace	10-15 heures
Cerises	Enlevez les queues et les noyaux. Coupez en deux et placez-les sur un plateau avec le côté de la peau vers le bas. Comme pour les raisins, attention à ne pas trop cuire.	Coriace et collant	13-21 heures
Canneberges	Même processus que pour les mûres	Malléable	10-12 heures
Figues	Lavez, enlevez les imperfections, et étendez sur une couche, la face tournée vers le bas.	Malléable	22-30 heures
Raisins	Lavez, enlevez les queues et laissez entiers ou coupez en moitiés. Placez les moitiés la peau vers le bas. Le blanchiment réduira le temps de séchage de 50%.	Malléable	22-30 heures
Kiwi	Pelez et coupez horizontalement à ¼" (0,6cm) d'épaisseur.	Coriace et croustillant	7-15 heures

Les fruits sèchent mieux à 135° F (57°C)

Fruits, suite

Aliment	Préparation	Essai	Temps
Nectarines	Lavez, enlevez le noyau et, si désiré, pelez. Coupez en tranches ou cercles de 3/8” (0,9cm). Laissez sécher le côté de la peau vers le bas.	Malléable	8-16 heures
Pêches	Lavez, enlevez le noyau et, si désiré, pelez. Coupez en tranches de ¼” (0,6cm).	Malléable	8-16 heures
Poires	Lavez, enlevez le noyau et, si désiré, pelez. Coupez en tranches de ¼” (0,6cm) ou coupez la poire en quatre.	Malléable	8-16 heures
Kakis	Lavez, enlevez le chapeau et, si désiré, pelez. Tranchez en cercles de ¼”.	Coriace	11-19 heures
Ananas	Pelez, enlevez les yeux fibreux. Enlevez le coeur et taillez en tranches ou coins de ¼” (0,6cm) d’épaisseur.	Malléable	10-18 heures
Prunes à pruneau	Lavez, coupez en deux, enlevez les noyaux et crevez les parties arrière pour exposer davantage de surface à l’air.	Coriace	22-30 heures
Rhubarbe	Lavez et coupez en longueur de 1” (2,5cm).	Coriace	6-10 heures
Fraises	Lavez, coupez les chapeaux, faites des tranches de ¼ ” d’épaisseur.	Coriace et croustillant	7-15 heures
Melon d’eau	Enlevez l’écorce, coupez en angles et enlevez les graines.	Malléable et collant	8-10 heures

Guide pour le séchage des aliments, Légumes 125°F (51°C)

Aliment	*Préparation*	*Essai*	*Temps*
Asperges	Lavez et coupez en longueur de 1” (2,5cm).	Friable	5-6 heures
Haricots, jaunes ou verts	Lavez, enlevez les pointes, coupez en morceaux d’un pouce (2,5cm) ou à la française).	Friable	8-12 heures
Betteraves	Enlevez tout sauf ½ ” (1,25cm) des fanes. Brassez complètement et cuisez à l’étuvée jusqu’à ce qu’ils soient tendres. Refroidissez, pelez et coupez en tranches de ¼” (0,6cm) ou en cube de **1/8**” (0,3cm).	Coriace	8-12 heures
Brocoli	Lavez et taillez Coupez les queues en pièces de ¼” (0,6cm), séchez complètement les florules.	Friable	10-14 heures
Choux	Lavez, parez et coupez dans des lamelles de **1/8**” (0,3cm) de large.	Friable	7-11 heures
Carottes	Lavez, parez les fanes, pelez et râpez si désiré. Coupez en cubes ou cercles de 1/8” (0,9cm).	Coriace	6-10 heures
Céleri	Lavez complètement Séparez les feuilles des tiges. Coupez en lamelles de ¼” (0,6cm).	Coriace	3-10 heures
Maïs	Découquez le maïs. Enlevez la barbe et faites cuire à l’étuvée jusqu’à ce que le lait soit prêt. Enlevez les grains de la rafle et étendez-les sur le plateau, en brassant plusieurs fois au cours du cycle.	Friable	6-10 heures
Concombre	Pelez et coupez en tranches de 1/8” (0,3cm).	Coriace	4-8 heures
Aubergine	Lavez, pelez et coupez en tranches de ¼” (0,3cm).	Coriace	4-8 heures

Légumes, suite

Aliment	Préparation	Essai	Temps
Légumes verts	Lavez complètement, taillez, enlevez les tiges dures. Étendez sur les plateaux pour que les feuilles ne soient pas entremêlées. Pour un séchage plus uniforme, brassez plusieurs fois.	Friable	3-7 heures
Champignons	Brossez pour enlever la saleté ou essuyez avec un linge humide. Coupez des tranches de 3/8" (0,9cm) du chapeau à l'extrémité de la queue. Étendez une seule couche sur le plateau.	Coriace	3-7 heures
Gombo	Lavez, pelez et coupez en cercles de ¼" (0,3cm).	Coriace	4-8 heures
Ognons	Enlevez la racine, le chapeau et les peaux. Faites des tranches de ¼" (0,6cm), des anneaux de 1/8" (0,3cm) ou hachez. Séchez à *145°F (63°C)*	Coriace	4-8 heures
Panais	Frottez avec une brosse, taillez et pelez si désiré. Coupez en tranches de **3/8**" (0,9cm).	Dur Friable	7-11 heures
Pois	Écossez les pois, lavez et cuire à l'étuvée jusqu'à ce qu'ils soient croquants sous la dent. Rincez à l'eau froide. Asséchez avec une serviette de papier.	Friable	4-8 heures
Piments Piments forts	Enlevez la tige, les graines et la section blanche. Lavez et asséchez en tapotant. Hachez ou coupez en lamelles ou anneaux de ¼" (0,6cm) d'épaisseur.	Coriace	4-8 heures
Maïs soufflé	Laissez les grains sur la rafle jusqu'à ce qu'ils soient secs. Ensuite enlevez la rafle et séchez jusqu'à ce qu'ils soient racornis.	Racorni	4-8 heures
Pommes de terre	Utilisez de nouvelles pommes de terre Lavez, pelez si désiré. Faites cuire à l'étuvée pendant 4 à 6 minutes. Coupez à la française en tranches ¼" (0,6cm) d'épaisseur, en cercles de 1/8" (0,3cm) ou râpez.	Friable ou coriace	6-14 heures

Aliment	Préparation	Essai	Temps
Citrouille	Coupez en morceau. Enlevez toutes les graines. Faites cuire au four ou à l'étuvée jusqu'à ce que la chair soit tendre. Grattez la pulpe de la peau et réduisez la en purée dans un mélangeur. Versez sur des feuilles de Telflex™ ou du papier sulfurisé. Une fois sec, couvrez avec du film étirable et roulez.	Coriace	7-11 heures
Courge d'été	Lavez, pelez si désiré. Coupez en tranches de **1/4**" (0,9cm).	Coriace	10-14 heures
Tomates	Lavez et enlevez les queues. Coupez en cercles de ¼" (0,6cm) d'épaisseur et, pour les tomates cerises, coupez en deux, et faites séchez le côté de la peau vers le bas.	Coriace ou friable	5-9 heures
Rutabagas	Pelez et coupez en tranches de 3/8" (0,3cm).	Friable	8-12 heures
Courge d'hiver	Lavez la courge d'hiver et coupez-la en morceaux. Faites cuire au four ou à l'étuvée jusqu'à ce que la chair soit tendre. Réduisez la pulpe en purée dans le mélangeur. Versez la purée sur les plateaux à séchage couverts.	Coriace	7-11 heures
Igname	Lavez et faites cuire à l'étuvée jusqu'à ce que la chair soit tender. Pelez et coupez en tranches de ¼" (0,3cm).	Friable	7-11 heures
Courgettes	Lavez, et coupez en tranches de ¼" (0,6cm) d'épaisseur ou **1/8**" (0,3cm) pour faire des croustilles.	Friable	7-11 heures

Pâtes et rouleaux de fruits

Les pâtes de fruits sont une solution facile pour la demande souvent entendue : “Qu’est-ce qu’il y a à manger ?” Il suffit de réduire en purée le yogourt, les restants de fruits ou de légumes, de sucrer ou d’épicer au goût et voilà un casse-croûte nutritif et énergétique.   Étendez légèrement le produit réduit en purée sur une feuille de Paraflexx™ Excalibur, des feuilles en téflon ou sur du film étirable et déshydratez, en transformant le liquide en une collation moelleuse, donnant une énergie instantanée ! Les pâtes de fruits sont faciles à faire…..et à emporter !

Choisissez des produits mûrs ou légèrement trop mûrs (non gâtés) qui se mélangent bien et dont le goût se marie bien. (Les fraises et la rhubarbe, ou les bananas et l’ananas font d’excellentes combinaisons). Lavez, enlevez les imperfections, les queues et les noyaux et pelez le produit si désiré. (Rappelez-vous que la peau des produits contient des substances nutritives élevées). Transformez le produit dans un mélangeur jusqu’à ce qu’il devienne lisse.

Mélangez 1 1/2 to 2 tasses of purée sur le Paraflexx™ ou sur des plateaux couverts de film étirable. Puisque les coins tendent à sécher plus rapidement, la purée verse devrait avoir une épaisseur d’1/8” (0,3cm) et de ¼” (0,6cm) aux angles. Placez la purée préparée dans le déhydrateur avec la température réglée à *135°F (57°C).* Le temps de séchage moyen pour les pâtes de fruits est de 4 à 6 heures. Lorsque la pâte de fruit a séché, elle est légèrement brillante et ne s’attache pas au toucher. Laissez la pâte de fruits refroidir et pelez-la du plateau. Roulez-la bien serrée dans une forme cylindrique. Il faut ensuite envelopper une pièce de film étirable mesurée pour correspondre à la longueur et à la largeur, autour de la pâte de fruits.

Fruit

Les fruits acides comme la rhubarbe et les canneberges doivent être sucrés avant de sécher. Ajoutez à la purée de fruits, ajoutez de 1/4 à 1/2 tasse de miel ou de sucre. Le montant d’édulcorant ajouté dépend de votre préférence personnelle. La cannelle râpée ou la noix de muscade parfume agréablement la pâte de pomme.

Les pâtes au bananas et beurre d’arachide se préparent avec 4 bananes mûres et 1 tasse de beurre d’arachides à l’ancienne. Essayez d’ajouter de la noix de coco ou des noix hachées à la pâte pour une texture encore plus savoureuse ! (Assurez-vous de réfrigérer les pâtes contenant des noix car l’huile qu’elles contiennent peut raccourcir la durée de conservation des pâtes. Séchez à 1350.

Yogourt

Lorsqu’il est étendu sur des feuilles de téflon Paraflexx™ sur des feuilles étirables, puis séché, le yogourt devient un léger casse-croûte aux couleurs vives. Faites du yogourt auquel vous ajoutez des framboises en purée ou de l’extrait de menthe poivrée. Pour de meilleurs résultats avec du yogourt commercialisé, utilisez du yogourt brassé au préalable. Coupez les rouleaux de pâte de yogourt en pièces de ½” (1,25cm) et séchez de nouveau les morceaux individuels pendant 1 heure. Sécher de nouveau le yogourt après qu’il a été coupé aide à sceller les bords et le prévenir de coller dans le contenant pour entreposer.

Légumes

Faites cuire à l’étuvée les légumes jusqu’à ce qu’ils soient tendres, réduisez-les en purée et mélangez avec des herbes et des épices. La purée de tomate mélange aux fines herbes italiennes peut être séchée et réhydratée par la suite pour être utilisée comme pâte de tomate ou sauce. Les pâtes de Gazpacho faites avec des tomates, du concombre, de l’oignon, du poivron vert et des fines herbes sont un régal à basse teneur de calories ! Les pâtes de carottes peuvent constituer une base pour un potage crémeux. Avec un peu d'imagination, et à travers des expériences, vous trouverez ce que vous aimez le mieux ! Séchez à *125° (63°C)*

Charqui

Les explorateurs espagnols furent les premiers à découvrir une méthode pour conservez la viande. Pendant que ces pionniers exploraient l'Amérique Centrale et le Sud-Ouest des États-Unis, ils observèrent les Indiens tailler la viande en longues lamelles et la faire sécher à l'air et au soleil. Les Autochtones d'Amérique appelaient cette singulière viande séchée "Charqui" (prononcé "sharkey"), qui, plus tard, fut anglicisé dans le terme"*jerky*".

C'est la saumure qui rend le charqui spécial et unique. Plusieurs recettes sont disponibles, mais vous vous divertirez en inventant la vôtre. Vous pouvez utilisez pratiquement toutes les combinaisons des ingrédients suivants. soya, Worcestershire, tomate ou sauce barbecue ; ail, oignon ou poudre curry ; sel assaisonné ; ou poivre.

Choisissez une coupe maigre de viande crue avec le moins de gras possible ; plus le contenu de corps gras est élevé, moins sera longue la duré de conservation du charqui. Une trancheuse à viande est la meilleure façon d'obtenir des pièces uniformes mais un couteau bien aiguisé fait l'affaire. Lorsque vous utiliser un couteau, la viande partiellement congelée facilite la tâche. Tranchez la viande soit dans le sens du grain, soit à travers celui-ci. Le charqui taillé dans le sens du grain le rend plus moelleux, alors qu'à travers le grain le rend plus tendre mais plus friable. Coupez en languettes de 1" (2,5cm) de large, 3/16" (0,50cm) d'épaisseur et de la longueur que vous désirez. Une fois tranchées, taillez tout le gras visible.

Pour mieux préserver votre charqui, appliquez une saumure sèche ou un saumurage avant la déshydratation. Les saumures sèches sont des mélanges d'assaisonnement frottées sur la surface de la viande. Les saumurages ou marinades combinent de l'eau avec le sel et les assaisonnements. La viande est trempée dans le saumurage jusqu'à ce que le sel soit absorbé.

Le processus

Pour les saumures sèches, étendez les lamelles de viande en une couche simple sur une planche de bois ou autre surface plate. Saupoudrez le mélange de saumure sur les deux côtés des lamelles. Enrobez les lamelles uniformément. Étendez les lamelles, une par-dessus l'autre, dans un contenant en verre, plastique, ou Pyrex hermétiquement fermé.

La viande pour le saumurage devrait être étagée et le saumurage verse sur celle-ci, en couvrant les couches supérieures. Placez le contenant dans le réfrigérateur et laissez mariner pendant 6 à 12 heures (ou préférablement pendant la nuit). Retournez les lamelles plusieurs fois pour assurer un enrobage complet.

Déshydratation

Égouttez tout excès de marinade et étendez les lamelles de viande dans une seule couche sur les plateaux à déshydrater. Séchez à *155°F (68°C)* pour environ 4 à 6 heures, en asséchant occasionnellement les gouttelettes de gras apparaissant à la surface.
Essayez toujours le charqui en utilisant une pièce froide. Un charqui convenablement séché devrait craquer lorsqu'il est plié, mais non se briser.

Conservation

Mettez sous emballages clos dans des contenants étanches à l'air comme des sacs à ouverture éclair ou thermosoudés. Pour mieux conserver la saveur, mettez le charqui sous emballage en portions individuelles. Rangez dans un endroit frais, sombre et sec. Si des bulles de moisissure se forment à l'intérieur du contenant de conservation, le charqui n'est pas assez sec et risque de moisir. Séchez plus longtemps.

• Charqui au bœuf :

Les coupes de pointe de surlonge, de ronde et de flanc sont les meilleures pour faire du charqui au bœuf. Riches en protéine, le bœuf possède également un taux élevé de phosphore, fer et riboflavine. Voir page 19.

• Charqui au gibier :

La viande de cerf, d'ours et de wapiti permet de faire du charqui. La venaison fait un excellent charqui parce que cette viande ne contient pas de gras persillé. Les coupes de flanc et de ronde sont les meilleures. Avant de sécher, la viande de gibier doit être surgelée pendant 60 jours à 0°F (18°C). Pour la préparation, faites comme pour le charqui au bœuf.

• Charqui à la volaille :

Essayez quelque chose d'unique : le charqui à la dinde ou au poulet cuit. Vous pouvez utiliser les mêmes saumures que pour les viandes rouges pour ce type de charqui. La volaille étant très fibreuse, il faut vous attendre à ce que votre charqui soit plus friable que le boeuf. Séchez à 155°F/68°C (jusqu'à complète déshydratation (environ 4 heures).

• Charqui au poisson :

La déshydratation du poisson n'est pas un processus à prendre à la légère. Il faut que le poisson pour le charqui soit très frais pour prévenir l'altération avant qu'il puisse être séché. Surveillez étroitement le contenu d'huile du poisson. Du poisson gras ou huileux, comme le thon, se gâche rapidement et, contrairement à la viande, il n'est pas possible de couper simplement le gras. La déshydratation de ce type de poisson n'est pas conseillée (voir le tableau ci-dessous).

• Saumure : Préparer une saumure froide consistant en ¾ tasse de sel pour 1 ½ pintes (1,4 litre) d'eau et placer le poisson à mariner pendant environ ½ heure. Rincez complètement le poisson pour enlever toutes les traces de sel ; placez ensuite les pièces sur une planche à découper. Enduisez le poisson d'une saumure sèche faites de sel et d'assaisonnement. Disposez en couches le poisson enrobe de saumure dans un contenant hermétique en verre ou en plastique. Réfrigérez de 6 à 10 heures.
Enlevez le poisson du réfrigérateur et secouez tout excès de saumure. Étendez les lamelles sur les plateaux du déshydrateur de façon à ce qu'aucune ne touche l'autre, et laissez sécher pour environ 12 à 14 heures à 155°F (68°C).

• Essai : Lorsque vous pressez la chair des pièces de poisson refroidies entre votre pouce et votre index, elle ne devrait jamais être granulaire ou croquante. Finissez en sentant ou en goûtant le poisson. Le charqui devrait avoir une saveur et un arôme léger de poisson. Le charqui de poisson devrait contenir 15% à 20% d'eau sans humidité sur la surface.

• Conservation: Conserver selon les directives du charqui de bœuf.

Poisson/mollusques et crustacés	Pourcentage de matières grasses	Poisson/mollusques et crustacés	Pourcentage de matières grasses
Barbue de rivière	5.2	Sébaste canari	0.2
Morue	0.5	Saumon	9.3
Tambour	2.5	Bar commun	1.6
Flet	1.4	Hareng	2.8
Flétan du Groenland	3.5	Truite de mer	3.8
Mérou	1.0	Requin	5.2
Aiglefin	0.5	Crevette	1.6
Flétan commun	4.3	Éperlan	2.0
Truite de lac	11.1	Vivaneau	1.1
Maquereau*	*9.9*	Sole	1.4
Baudroie	1.5	Thon	5.1
Mulet*	6.0	Poisson maigre	7.2
Sébaste	1.4	Merlan	1.3
Goberge	1.3	Perchaude	1,1
Truite arc-en-ciel	6.8*	*Non recommandé pour la déshydratation*	

Aliments crus et vivants

En 1963, les docteurs Ann Wigmore et Victoras Kulvinskas fondèrent l'Institut de santé Hippocrate à Boston, Massachusetts, où ils enseignèrent à leurs patients les bienfaits d'une diète complètement à base de produits crus et organiques. Aujourd'hui, ce style de vie à base d'aliments crus a pris de l'ampleur et est devenu un mouvement international où Ann et Victoras sont reconnus comme le père et la mère du mouvement.

Que sont les aliments vivants ?

"Les aliments vivants et crus ne sont pas cuits, ils sont sans produits d'origine animale, organiques, de digestion facile, riches en enzymes et hautement nutritifs. Ils comprennent des grains et des fèves germés à la maison, légumes, fruits et noix, préparations fermentées, croustilles et collations déshydratées et desserts délicieux comme les tartes aux fruits et aux noix et la glace aux fruits". (Fondation Ann Wigmore)

En prenant une bouchée de fruit ou légume cru, vous expérimentez la pleine potentialité des vitamines, sels minéraux, et enzymes. Il n'y a pas de perte nutritionnelle cause par la chaleur de la cuisson ni de perte de vitamines ou sels minéraux solubles dans l'eau. Si votre produit a été cultivé organiquement, il est sans produits chimiques, teintures alimentaires et agents de conservation.

Une des plus importantes caractéristiques des aliments crus, est la facilité de digestion, bien supérieure aux aliments cuits. Ce sont les enzymes qui rendent les aliments crus plus facile à digérer que les aliments cuits. Lorsque les aliments sont cuits, les enzymes sont neutralisées par la chaleur. Au cours du processus de digestion, les enzymes des aliments naturels assistent les enzymes digestives de votre corps pour briser la nourriture en protéines digestibles. En mangeant plus d'aliments crus, votre corps à moins à travailler pour digérer la nourriture qui, en retour, donne à votre corps une énergie plus vibrante dans d'autres domaines, vous rendant plus fort, heureux et en santé.

La déshydratation est le meilleur moyen de préserver l'essence des fruits et légumes crus. La déshydratation ne soumet pas les aliments à des températures élevées associées à la cuisson ou aux méthodes de conservation traditionnelles. Lorsque les aliments crus sont chauffés à une température interne de118° F (48°C) ou plus, pour une longue période de temps, leurs valeurs nutritives commencent à détériorer, spécialement les enzymes. La mise en conserve extrait également les vitamines et les sels minéraux solubles dans l'eau, ce qui épuise également les saines qualités des aliments vivants crus.

Pourquoi Excalibur est-il supérieur pour les aliments vivants

Il existe deux éléments importants au cours de la déshydratation des aliments vivants pour préserver les enzymes. Le premier est le contrôle adéquat de la température, et le second est le temps employé par l'aliments pour se déshydrater. Si la température est trop élevée, les enzymes pourraient se détruire, mais si elle est trop basse, les aliments mettent plus de temps à sécher, ce qui risque de les gâter et fait croître les bactéries.

Avec le système de séchage du débit d'air horizontal Parallexx™, et un thermostat réglable, les déshydrateurs Excalibur® sont équipés pour déshydrater les aliments crus tout en retenant les qualités les plus élevées des aliments. Le thermostat réglable vous permet de contrôler la température de l'air, et le ventilateur monté à l'arrière qui crée le système de séchage du débit d'air horizontal Parallexx™, donne un séchage uniforme et rapide. Avec ces deux caractéristiques, les déshydrateurs Excalibur

sont aptes à conserver la température des aliments suffisamment basse pour préserver les enzymes tout en élevant la température de l'air afin de sécher rapidement les aliments, en empêchant la moisissure et les bactéries de croître. La plupart des déshydrateurs empilables sont mal conçus, sans commande de température ou de ventilateur faisant circuler l'air convenablement et ils sèchent du bas vers le haut, vous obligeant à tourner fréquemment les plateaux.

Le thermostat réglable Excalibur a été conçu spécifiquement pour créer une propre fluctuation dans la température de l'air. Au cours des fluctuations de la température vers le haut, il évapore rapidement l'humidité de la surface des aliments. Puis, lorsque la fluctuation de la température descend, va vers le bas, l'humidité du centre des aliments se déplace vers la surface externe plus sèche. Cette fluctuation dans la température contribue également à garder la constance de la température à travers tout le cycle de déshydratation.

La température des aliments relativement à la température de l'air

Au cours du processus de déshydratation, la température des aliments est généralement de 20 à 30 degrés plus bas que la température de l'air, à cause des effets d'évaporation. Pendant que l'air chaud soufflé à travers les aliments, l'humidité s'évapore de la surface des aliments, en créant l'effet de refroidissement qui garde la température des aliments plus fraîche que la température de l'air. Gardez à l'esprit que les réglages sur le cadran de votre Excalibur représentent la température des aliments, donc l'air peut être d'une température de 25 degrés plus élevée.

Enzymes et température

Il existe plusieurs opinions de la part des amateurs d'aliments crus concernant la température à laquelle les enzymes deviennent neutralisées. La température la plus fréquemment cotée est 118°F/48°C (température des aliments) selon les études du docteur Edward Howell. Cependant, il déclare également que les températures optimales pour les enzymes sont entre 45° et 140°F, (7° et 60°C) et que les températures au-delà de 140°F (60°C) détruiront toutes les enzymes. Nous avons découvert à travers des recherches et des tests que la deuxième des deux déclarations, quant à la déshydratation, est la plus précise, et que les enzymes peuvent résister à la température des aliments jusqu'à 140° F (60°C). Selon le docteur John Whitaker, un enzymologiste reconnu mondialement, professeur émérite et doyen en science alimentaire et du département de la nutrition à UC Davis en Californie ; la plupart des enzymes ne se neutralisent pas avant d'avoir atteint les températures allant de 140°F (60°C) et 158°F (70°C). Ceci confirme l'opinion d'Howell, affirmant la neutralisation des enzymes à 140°F (60°C) , ainsi que nos tests et expériences scientifiques. Nous avons testé l'activité enzymatique des échantillons d'aliments séchés à des températures allant jusqu'à 145°F (63°C) et nous avons constaté qu'elle est identique à celle des aliments séchés à des températures plus basses.

Les enzymes sont en outre plus susceptibles d'être endommagées par la chaleur élevée lorsque les aliments sont humides. Une fois qu'un pourcentage élevé de l'humidité des aliments a été enlevé, les enzymes deviennent plus stables ou dormants, et peuvent supporter des températures d'aliments plus élevées de 155°F, selon Viktoras Kulvinskas. Lorsque les aliments sont réhydratés avec de l'eau ou dans le tube digestif, les enzymes deviennent de nouveau actives, et assistent les enzymes votre corps dans le processus de digestion.

Comment utiliser votre Excalibur pour les aliments vivants

Selon Ann Wigmore et Viktoras Kulvinskas, la meilleure façon de préserver les enzymes vivantes et de vaincre le risque de gâter les aliments ou la croissance des bactéries, est celle de régler le déshydrateur au réglage de température le plus élevé pour les premières deux ou trois heures pour ensuite le baisser à moins de

120°F (49°C) degrés pour le temps restant. Dans les premières heures, la température des aliments n'excédera pas 118°F (48°C) à cause de l'humidité élevée contenue dans les aliments. La température de l'air ne s'élèvera pas non plus immédiatement à to 145° F (60°C). Cela peut prendre plusieurs heures pour qu'elle y arrive. En suivant procédure le long processus de séchage (30+hrs) sera réduit à demi, Si vous ne pouvez pas être là pour diminuer la température du déshydrateur, vous pouvez le régler à une température plus basse entre 105° F (41°C) et 120° F (60°C), mais rappelez-vous que, plus le réglage est bas, plus la déshydratation sera lente.

Le choix no. 1 des plus grands amateurs d'aliments crus

Depuis le début du mouvement en faveur des aliments crus, les déshydrateurs Excalibur ont été le choix numéro 1 des plus grands amateurs d'aliments crus.   Il y a plus de vingt ans, Ann Wigmore mit Roger Orton (Propriétaire/Président de Excalibur) au courant de ce nouveau style de vie. Elle avait mis à l'essai tous les déshydrateurs sur le marché et avait constaté qu'Excalibur était le meilleur pour les aliments crus, à cause de sa conception supérieure, construction, versatilité et rendement,

Au festival des aliments crus de Portland en Oregon, en 2001, nous avons parlé à Viktoras Kulvinskas de son expérience avec les déshydrateurs Excalibur et voici ce qu'il a déclaré :

Voici plus de dix ans que j'utilise et mets en marché les déshydrateurs Excalibur. J'ai mis à l'essai d'autres déshydrateurs sur le marché et j'ai constaté la supériorité d'Excalibur du point de vue du service, rendement, durabilité, prix et qualité. J'ai été le premier à faire les louanges de la vertu du réglage à 145 °F (63°C) à la déshydratation initiale des mélanges de graines/noix à haut conteneur de liquide car l'évaporation initiale garde la température très au-dessous de 118°F (48°C) la température à laquelle la perte de l'enzyme se produit. Après quelques heures, la température est abaissée à moins de 120 °F (49°C). Les produits finis ont été testés et trouvés actifs du point de vue enzymatique. Cette procédure a empêché la senteur de moisi de déshydratés aux réglages singuliers de 110 °F (43°C). Excalibur est un produit parfait pour la communauté des amateurs d'aliments crus et pour les autres, qui recherchent la qualité élevée de leurs aliments."

Voici une liste des instituts, organismes et restaurants qui utilisent Excalibur :

Hippocrates Health Institute
Ann Wigmore Foundation
Ann Wigmore Institute
Optimum Health Institute
Hallelujah Acres
The Living Foods Institute
The Raw Family
Tree of Life Rejuvenation Center
Living Light Culinary Arts Institute
Natures First Law
The Raw World
Roxanne's
Raw Truth Café
Quintessence
Sprout Café

Promoteurs importants des aliments crus

Viktoras Kulvinskas
David Wolfe
Gabriel Cousins MD
Cherie Soria
Doug Graham DC
Fred Bisci PhD
Jameth Dma ND
Paul Nisson
Victoria Boutenko

Autres utilisations du déshydrateur

Fines herbes et épices

Les fines herbes et les épices sont quelques fois négligés dans notre cuisine. Utilisez notre déshydrateur Excalibur pour sécher les fines herbes que vous cultivez ! Achetez de grandes quantités de fines herbes et d'épices, faites-les sécher et créez des thés et des assaisonnements spéciaux. Les restants de persil ne seront plus gaspillés... .car le séchage des fines herbes et des épices requiert une préparation assez simple :

1. Taillez toutes les parties mortes ou décolorées de la plante. Lavez les feuilles et les tiges dans de l'eau froide. Préparez en conséquence.
2. Préchauffez le déshydrateur avec le thermostat à 95°F (35°C)-115°F (46°C). Veuillez remarquer que les thermostats sont étalonnés et sont très précis sur les températures élevées. Si les fines herbes prennent plus de temps que le no. 4 ci-dessous, montez la température. Les zones d'humidité plus élevées pourraient requérir une température aussi élevé que *125°(52°C)* pour sécher les herbes et les épices convenablement.
3. Disposez les plantes en une seule couche sur les plateaux.
4. Séchez pendant 2 à 4 heures.
5. Rangez dans des contenants hermétiques sans humidité. Gardez également les herbes sèches et les épices loin de la lumière du soleil. La lumière du soleil décolore et affaiblit les huiles aromatisantes.

Noix

Les noix fournissent une source concentrée de protéines, et plusieurs sont riches en matières grasses diététiques également. Les noix peuvent être séchées à la maison dans leur état naturel ou épicées et assaisonnées.
1. Les noix entières non écalées ou simplement les amandes ou cerneaux (noix écalées) être séchées
2. Placez les noix sur une seule couche sur les plateaux de séchage.
3. Séchez à une température de 115°F (46°C)-à 125°F (51°C). Les noix entières doivent être séchées de 10 à 14 heures, et les cerneaux (noix écalées) de 8 à 12 heures.
4. Rangez dans des contenants hermétiques dans le réfrigérateur. Remarque : Vu leur haut contenu en huile, les amandes peuvent devenir rances si elles ne sont pas réfrigérées.

Faire lever le pain

Le parfait environnement pour faire lever le pain existe à l'intérieur de votre déshydrateur Excalibur. Enlevez les plateaux du déshydrateurs réglez le thermostat à 115°F/46°C (et laissez réchauffer votre appareil. Placez un moule peu profond d'eau au fond de votre déshydrateur. Insérez un plateau directement au-dessus de l'eau et placez le bol de pâte sur le plateau. Couvrez la pâte avec un linge pour l'empêcher de sécher. Laissez la pâte lever pendant une demi-heure à une heure. Lorsqu'elle a levé, continuez la préparation en suivant votre recette.

Pâtes alimentaires

Il n'est pas nécessaire de séparer les grilles de pâtes ! Placez les lamelles de pâtes sur une seule couche sur vos plateaux de séchage. Laissez sécher de2 à 4 heures à 135°F (57°C).Rangez dans des contenants hermétiques

Pour rendre de nouveau croustillant

C'est inutile de jeter les craquelins, croustilles, biscuits ou céréales qui sont devenus éventés.
Redonnez-leur du croustillant en les plaçant dans sur une couche simple sur les plateaux de séchage et en les déshydratant pendant 1 heure à 145°F (63°C).

Yogourt

Il est économique de faire son yogourt à la maison dans votre Excalibur. Ajoutez une tasse de lait en poudre à ½ gallon (1,8 litre) de lait écrémé. Faites chauffer pendant 2 secondes. Enlevez de la chaleur et refroidissez à 115°F (46°C). Ajoutez 2 cuillerées à table de yogourt nature non pasteurisé au lait refroidi. Versez dans des contenants et couvrez. Incubez dans le déshydrateur à 115°F (46°C) pendant 5 heures. (Remarque : Utilisez un thermomètre à bonbon pour de meilleurs résultats). Ne dérangez et ne déplacez pas l'appareil. Ne donnez surtout pas de coup et n'ouvrez pas la porte au cours de l'incubation.

Réfrigérez à la fin du processus. Avant de servir, ajouter des saveurs ou des fruits frais si désiré.

Fromage

Le nom du fromage Cottage vient du fait qu'il est facile à faire à la maison. Le déshydrateur Excalibur peut faire du fromage non affiné, comme le fromage cottage. Vous aurez besoin, pour faire ce fromage, d'un gallon de lait pasteurisé et de 4 cuillerées à table de yogourt, 1/2 tasse de lait de beurre frais ou 1/4 tablette de présure dissout dans1/2 tasse d'eau tiède.

Versez le lait dans un pot de faïence et réchauffer à la température de la pièce, à environ 72°F/22°C Mélangez le yogourt, lait de beurre ou présure et couvrez le pot de faïence avec une toile à fromage. Placez le pot de faïence dans le déshydrateur et gardez la température interne à 85°F (29°C) pendant 12 à 18 heures jusqu'à ce que le lait ait caillé. Cailler signifie que le lait s'est séparé pour former un caillé épais, solide avec un petit lait aqueux.

Lorsque tout le lait s'est épaissi en caillé et que le petit lait flotte à la surface, le fromage est prêt. Ensuite, coupez le caillé comme suit : Utilisez un couteau à longue lame et coupez à une distance de 1/2" (1,25cm). (1) En tenant le couteau verticalement, coupez droit de haut en bas à travers le caillé. (2) Inclinez maintenant le couteau et faites des tranches diagonales à travers le fromage, en suivant l'étape numéro 1. Coupez d'abord à un angle de *45°* angle, puis graduellement redressez la lame pour que la dernière coupure soit quasi verticale. (3) Répétez le processus de l'étape 2, sauf en inclinant le couteau dans la direction opposée. (4) Tournez le un pot de faïence à 180° et effectuez un groupe final de coupes verticales, formant une surface hachurée en croisillons. Ce processus contribue à faire écouler le petit lait à l'extérieur.

Placez plusieurs pouces (centimètres) d'eau dans une grande casserole, mettez-y le pot de faïence et chauffez à 115°F (46°C). Gardez le fromage cottage à cette température pendant 1/2 heure, en brassant de temps en temps. Lorsque le temps est écoulé, préparez une passoire avec une toile à fromage, et versez ensemble le caillé et le petit lait. Laissez le petit lait s'égoutter, sinon il donnera au fromage cottage un goût amer. Pour vous débarrasser encore mieux du goût sûr, tremper la passoire dans de l'eau froide et mélanger doucement les caillés pour laver les dernières traces de petit lait. Laissez les caillés sécher complètement. Si désiré, ajoutez une cuillerée à thé de sel par livre de fromage cottage et 4 à 6 cuillerée à soupe de crème. Après la réfrigération, votre fromage cottage sera prêt à consommer tel quel ou dans la salade de fruits, les trempettes, le gâteau au fromage et les marmites.

Non seulement vous pouvez utiliser votre Excalibur pour les fromages mous, demi mous et les fromages durs. Il existe entre 700 et 2000 types de fromages et d'instructions pour les fabriquer, pratiquement un livre entier de recettes sur cet argument ! *Conservez-le, naturellement !* vous donnera des secrets sur comment faire des fromages semi mous et durs dans votre déshydrateur Excalibur.

Séchage de photographies

Pour sécher les photographies, traitez-les et lavez-les comme à l'habitude. Secouez et essorez l'excès de liquide et placez-le sur les plateaux de séchage. Séchez jusqu'à ce qu'il ne reste plus de tache humides. (Remarque : Séchez uniquement les photographies qui ont été imprimées sur pellicule de résine et d'eau. Les autres types vont rider à moins qu'elles ne soient pressée bien plat.

Préparation de farine de blé entier

Les amateurs de vie en plein air voudront utiliser Excalibur pour préparer la farine de blé entier qui doit être réhydratée. Les viandes combines avec de la poudre de tomate et des morceaux de légumes séchés cuits dans une marmite sur un feu de camp pour un "dîner gourmet" après une randonnée pédestre ! Un peu de créativité, et quelques connaissances sur les temps de déshydratation est tout ce qu'il vous faut pour inventer des recettes pour garder la ligne et faire un excellent repas à emporter.

Recettes avec le système de déshydratation pour toute l'année

Janvier

Bon achats : Avocats, Bananes, Choux, Chou-fleur, Champignons, Poires, Pommes de terre, Rutabagas et Courge d'hiver.

Crème de champignons

1-1/2 tasse de champignons secs
2 tasse de bouillon de bœuf chaud
4 tasses de lait
6 cuil. à table de farine1
1//2 tasse d'oignons secs
1/4 tasse de margarine
1 cuil. à thé de sel
persil pour la garniture

Sautez les champignons et les oignons dans la margarine dans une lourde casserole pendant 5 minutes en brassant de temps en temps. Combinez le bouillon, lait, sel et farine. Mélangez jusqu'à consistance lisse. Ajoutez aux champignons et oignons sautés Cuisinez à feu lent jusqu'à ce que le mélange arrive à ébullition en mélangeant constamment. Garnissez avec du persil. Environ 8 portions

Février

Bons achats : Avocats, Bananes, Brocoli, Choux, Chou-fleur, Kumquats, Mangues, Champignons, Poires, Tangerines, Courge d'hiver.

Pâte de fruits au yogourt Belle amie

Yogourt brassé au préalable aux fraises, cerises ou framboises
Feuilles Paraflexx™
Découpeuse de biscuit en forme de coeur

Couvrez chaque plateau de séchage à utiliser avec une feuille Paraflexx™ ou film étirable. Utilisez un carton de yogourt pat plateau. Avec le yogourt à la température de la pièce, videz le carton sur les feuilles. Avec une spatule, lissez le yogourt dans un cercle de 8-10" (16-25cm), Séchez à *135°* pendant 4 à 5 heures. Lorsqu'il est sec, le yogourt est brillant, et il ne colle pas lorsqu'il est légèrement touché. Avec une découpeuse de biscuit en forme de coeur, 4 à 5 cœurs de la pièce de yogourt refroidie. Couvrir chacun d'entre eux avec un film étirable et conservez.

Mars

Bons achats : Artichauts, Asperges, Avocats, Bananes, Brocoli, Pamplemousses, Kumquats, Laitue, Champignons, Radis, Épinards.

Pommes de terre O'Brien

2 tasses de pommes de terre coupées et séchées.
poivre noir fraîchement moulu
1/4 tasse de poivrons rouge et verts hachés
1/4 tasse d'oignon séché
1/2 tasse de miettes de bacon (optionnel)
sel et huile

Réhydratez les pommes de terre, oignons et poivrons, en laissant mijoter environ 20 minutes. Égouttez. Dans une poêle à frire, à feu moyen, chauffez en ajoutant 4 cuillerées à table d'huile. Cuisez les pommes de terre, oignons et poivrons jusqu'à ce qu'ils deviennent croustillants et d'un beau brun doré. Ajoutez des miettes de bacon et sel et poivre au goût. Six portions de1/2 tasse chacune.

Avril

Bon achats : Asperges, Bananes, Choux, Chicorée, Endive, Oignons, Ananas, Radis, Rhubarbe, Épinard, Framboises.

Potpourri du printemps

3 tasses de pétales de roses séchées (rouge, rose, jaune)
1 tasse de boutons de bleuets séchés
1 tasse de fleurs de lavande séchées
1 tasse de têtes de pensées séchées
1 tasse de soucis séchés
1 cuillerée à table de poudre de racine d'iris
2 cuillerées à table d'épices combines, clous de girofles, noix de muscade, et piment de la Jamaïque
10 gouttes d'huile de rose (optionnel)

Séchez les pétales dans le déshydrateur à 95°F (35°C) jusqu'à ce que les feuilles et les pétales deviennent croustillantes. Mélangez légèrement les fleurs dans un bol et parsemez avec la racine d'iris et l'huile de rose. Rangez dans un récipient pendant un mois dans un endroit frais et sombre. Puis placez dans un bocal décoratif... votre pot-pourri sera prêt juste à temps pour la fête des mères.

Mai

Bon achats : Asperges, Bananes, Céleri, Papayes, Pois, Ananas, Pommes de terre, Framboises, Tomates, Cresson.

Garniture pour salade d'été

3/4 tasses de flocons d'oignon séché
1/2 tasse de carottes séchées en miettes
1/4 tasse de poivrons rouges séchés et ¼ de tasse de poivrons verts séchés
1/4 tasse de persil sec
1/4 tasse de graines de tournesol
1/2 tasse de flocons de tomate séchés
1/2 tasse de fromage parmesan râpé

Hachez grossièrement tous les ingrédients dans un mélangeur. Assurez-vous que tous les ingrédients sont bien mélangés. Rangez le mélange dans le réfrigérateur dans un bocal en verre avec un couvercle hermétique. Pour servir, saupoudrer sur les salades

Juin

Bon achats : Avocats, Abricots, Bananes, Cantaloup, Cerises, Maïs, Concombre, Figues, Haricots verts, Limes, Mangues, Nectarines, Oignons, Pêches, Pois, Poivrons, Ananas, Prunes, Courge d'été.

Quiche aux fines herbes

Fond de tarte de 9" (18cm)
2 tasses de crème légère
1 1/4 tasse de fromage Suisse râpé
1/8 cuillerée à thé de poivre blanc
4 cuillerée à table de persil sec
4 oeufs
1 cuillerée à thé d'aneth de jardin
1/2 cuillerée à thé de sel
1 cuillerée à thé de basilic sec

Cuisez la croûte de tarte pendant 8 minutes. Battez ensemble les oeufs, crème, sel, poivre et fines herbes. Saupoudrez le fromage sur le fond de tarte et versez le mélange d'œufs. Faites cuire pendant 15 minutes à 425°, puis abaissez la chaleur à *350° (177°C)* et faites cuire encore pendant 30 minutes ou jusqu'à ce qu'un couteau inséré dans le centre en ressorte propre. Servir dans des plats à angle.

Juillet

Bons achats : Abricots, Bananes, Bleuets, Choux, Cantaloup, Cerises, Maïs, Concombres, Cornichons, Aubergine, Figues, Pommes Gravenstein, Haricots verts, Nectarines, Okra, Pêches, Poivrons, Prunes, Melon d'eau.

Maïs des Aztèques

3/4 tasse d'oignons secs
1 tasse de crème sure
1/4 cuillerée à thé de poivre
1/4 de tasse d'eau
3/4 de cuillerée à thé de sel
1 1/2 tasse de maïs séché, réhydraté
1/4 tasse de sauce rouge douce
3 cuillerées à table de beurre
1 tasse de fromage râpé en filaments Monterey Jack
1 boîte d'olives noires hachées

Sautez les oignons dans le beurre jusqu'à ce qu'ils soient mous. Ajoutez le maïs et l'eau Bien couvrir et cuire à feu moyen pendant cinq minutes. Enlevez le couvercle et sur le feu vif, faites évaporer la plupart du liquide. Brasse la crème sure, fromage, sauce, olives, sel et poivre. Faites cuire complètement, mais ne pas bouillir. Six portions.

Août

Bons achats : Pommes, Bananes, Betteraves, Mûres, Choux, Carottes, Maïs, Concombre, Cornichon, Aubergine, Figues, Melons, Nectarines, Pêches, Poires, Poivrons, Prunes, Pommes de terre, Courge d'été, Tomates.

Charqui de boeuf fûmé

4 livres de boeuf maigre, taillé en lamelles,
1/4 tasse de sauce soya
1/2 cuillerée à thé de saveur de fumée de noyer
1/4 tasse de sauce worcestershire
1 cuillerée à thé de poudre d'ail
1/2 tasse de ketchup
1 cuillerée à thé de poivre concassé

Mélangez tous les ingrédients et trempez les lamelles de viande dans le mélange. Gardez réfrigéré de 6 à 12 heures, en brassant et en tournant la viande occasionnellement en marinade. Une fois que la viande est marinée à la force désirée, laissez écouler l'excès de liquide selon les directives pour faire le charqui.

Septembre

Bons achats : Pommes, Bananes, Brocoli, Carottes, Chou-fleur, Maïs, Concombre, Cornichon, Figues, Raisins, Légumes verts, Melon. Okra, Oignons, Poires, Poivrons, Pommes de terre, Courge d'été, Tomates, Ignames.

Yogourt recouvert de Granola

4 tasse de flacons d'avoine non cuits
1/2 tasse de flocons de son, émiettés
1/4 de tasse de graine de sésame
2 cuillerées à thé d'extrait de vanille
1/2 tasse d'arachides
1/2 cuillerée à thé de cannelle
2 tasses de pommes séchées
1 tasse de noix
1/2 tasse de miel
1 tasse de germe de blé
1 tasse de noix de coco non sucrée émincée
½ tasse d'eau
1/2 tasse de sucre brun, bien pressé
1/2 tasse de graines de tournesol
1 cuillerée à table d'huile
1 tasse de dates hachées
1/8 cuillerée à thé de sel
1 tasse de raisins
4 pintes (3,7 litres) de yogourt brassé au préalable aux pommes et aux épices

Chauffez le four au préalable à 300°F (149°C). Dans un grand bol, mélangez l'avoine, germe de blé, flacons de son, noix de coco, graines de sésame, graine de tournesol, cannelle et sel. Dans une petite casserole, chauffez l'huile, miel, eau et sucre brun jusqu'à ce qu'ils deviennent tièdes en brassant pour dissoudre le sucre brun. Enlevez du feu et incorporez la vanille. Versez le mélange d'huile sur les flocons d'avoine, en brassant bien pour enrober. Versez dans une plaque à pâtisserie

suite à la page suivante

de faible profondeur. Faites cuire de 20 à 30 minutes ou jusqu'à ce que le mélange soit brun doré, en brassant de temps en temps. Enlevez du four et ajoutez des noix et des fruits.
Mélangez le granola avec 4 pintes (3,8 litres) de yogourt aux pommes et épices. Placez le granola sur des plateaux à séchage couvert de feuilles de ParaflexxTM. Séchez à *135°(57°C)* pendant 3 à 4 heures. Rangez dans des contenants hermétiques ou des sacs de plastique à ouverture éclair.

Octobre

Bons achats : Pommes, Bananes, Brocoli, Raisins, Poivrons, Kakis, Citrouille, Ignames.

Graines de citrouille séchées

Enlevez les graines de la citrouille. Lavez à fond et enlevez toute la pâte croûtée des graines. Assécher en tapotant. Placez les sur une seule couche sur les plateaux de séchage. Si désiré, parsemez d'assaisonnement ou de sel d'ail. Séchez à 110° - 120°F (43° à 49°C) jusqu'à ce qu'elles deviennent croustillantes, en brassant fréquemment.

Novembre

Bons achats : Pommes, Bananes, Brocoli, Choux, Chou-fleur, Canneberges, Dattes, Aubergine, Champignons, Citrouille, Patates douces.

Dinde Tetrazzini

2 tasses de pâtes alimentaires de type spaghetti, coupées en petites pièces
1 tasse de sauce blanche
une pincée de poivre
1/2 tasse d'oignon haché, coupé en morceau
1/2 cuillerée à thé de sel
1/2 tasse de poivrons verts hachés secs
1 tasse de bouillon de dinde ou de poulet
2 tasses de dinde ou de poulet cuit, séché
1/4 tasse de champignons séchés
1 3/4 tasses de fromage cheddar râpé

Réhydratez les poivrons et les oignons dans 1 tasse d'eau chaude. Pendant ce temps, faites cuire les spaghettis. Égouttez et placez dans un plat à cuisson de 9 x 12 x 13 (23 x 30 x 33cm) ou une marmite de2 pintes (1,9 litre). Égouttez les poivrons et les oignons ; mélangez le poulet ou la dinde, sauce blanche, champignons, bouillon, sel, poivre et 1 1/4 tasse de fromage râpé.   Versez sur les spaghettis et parsemez de fromage râpé. Cuire au four à 350°F (177°C) pendant 45 minutes.

Décembre

Bons achats : Pommes, Avocats, Bananes, Pamplemousse, Citrons, Limes; Champignons, Oranges, Poires, Ananas, Tangerines.

Biscuits meringue pour les Fêtes

6 blancs d'oeufs
2 tasses de sucre très fin
2 cuillerées à thé de vinaigre blanc

Battez ensemble les blancs d'oeufs et le vinaigre jusqu'à obtention de pics mous. Ajoutez graduellement du sucre et battez jusqu'à l'obtention d'un mélange ferme et comme la tire. Ajoutez deux tasses d'un des ingrédient suivants :
Brisures de chocolat à la menthe et 3 gouttes de colorant alimentaire vert
Amandes et 2 cuillerées à thé d'extrait d'amandes
2 cuillerées à table de cacao et de brisures de beurre d'arachide
Brisures de beurre d'arachide
Noix hachées
Aromatisant au citron et zeste de citron râpé
Mini brisures de chocolat
Noix de coco
Fruits séchés

Déposez le mélange par cuillerées à tables Paraflexx™ ou des plateaux recouverts de film étirable. Séchez à 135°F (57°C) pendant 4 heures ou jusqu'à ce qu'ils soient durs. Rangez dans des conteneurs hermétiquement clos. Fait 100 biscuits.

Recettes pour toute l’année

Pâte de fruits à la banane

1 tasse de fraises	1 banane

Réduisez les fruits en purée dans le mélangeur. Versez sur des feuilles Paraflexx™ ou du film étirable et déshydratez à 135°F (57°C) jusqu’à consistance pâteuse.

Pâte aux poires et aux pêches

1 tasse de pêches, pelées	1/2 tasse de poires, pelées

Mélangez ensemble et sucrez si désiré. Versez sur des feuilles Paraflexx™ ou du film étirable et déshydratez à 135°F (57°C) jusqu’à consistance pâteuse.

Pâte à l’ananas et au kaki

1 tasse de pulpe de kaki	1/2 tasse d’ananas, pelés

Réduisez les fruits en purée dans le mélangeur. Versez sur des feuilles Paraflexx™ ou du film étirable et déshydratez à 135°F (57°C) jusqu’à consistance pâteuse.

Mélange de sauce à spaghetti

2 c. à table d’oignons secs	1 cuil. à table de persil séché
3 cuil. à thé de fécule de maïs	1 cuillerée à table de poivrons verts séchés
1 1/2 cuillerée à thé de poudre d’ail séché	1 cuil. à thé de sucre
1/2 cuil à thé d’origan séché	1/2 cuil. à thé de basilic séché
1 tasse de poudre de tomate	1/4 de tasse de champignons tranchés, secs

Mélangez tous les ingrédients et rangez dans un contenant en verre hermétiquement fermé. Pour préparer la sauce, ajoutez 3 tasse d’eau et mélangez et cuire à feux doux jusqu’à ce que le mélange soit épais. Quatre portions.

Charqui au boeuf

1 bocal de sauce douce	1 paquet de mélange d’assaisonnement au chili de poivrons rouges broyés
1 cuil. à thé de poudre d’origan	poivrons rouges broyés

5 lbs (2,2kg) de boeuf maigre tranché à une épaisseur de 1/4” (0,6) (enlevez tout le gras visible). Combinez tous les ingrédients sauf les poivrons broyés dans un grand bol. Placez la viande dans un sac de plastique à ouverture éclair et ajoutez de la marinade. Placez au réfrigérateur toute la nuit en tournant occasionnellement.

Placez les pièces de viande en une seule couche sur les plateaux de séchage. Pour un goût plus piquant, parsemez la viande de poivrons rouges.

Séchez la viande pendant 6-10 heures à 155°F (68°C). Testez la sécheresse. Lorsque vous pliez la viande, elle doit craquer mais pas se briser. Rangez dans des contenants hermétiques.

Questions et réponses

Un côté de mes plateaux de séchage semble sécher avant l'autre. Que dois-je faire ?
Parce que votre déshydrateur pourrait sécher plus rapidement sur un côté que sur l'autre, tournez les plateaux à 180° au milieu du processus. Ceci accélère le processus de déshydratation et réduit la consommation de l'énergie.

Mes pommes et poires ont foncé en une couleur ressemblant à de la rouille pendant qu'elles séchaient. . Sont-elles comestibles ?
Oui. Les fruits qui ont pris une couleur brunâtre sont prêts à manger. Plusieurs fruits s'oxydent au cour du processus de séchage. L'oxydation se produit lorsque la chair des fruits est exposée à l'air. L'oxydation se réduit lorsque les fruits sont traités au préalable.

Pourquoi les bords de mes pâtes de fruits sont-ils plus épais que le centre ?
Avec les pâtes de fruits, les bords du mélange tendent à sécher d'abord. Si les bords ont la même épaisseur que le centre, ils sécheront trop vite et s'émietteront.

Mes pâtes de fruits sont très minces et s'émiettent. Je voudrais les rendre comme celles qui sont commercialisées. Comment faire ?
Les fruits frais et juteux, comme les framboises, risquent de former un mélange trop coulant pour obtenir une pâte de fruits épaisse et moelleuse comme celles qui se trouvent dans le commerce. Il suffit d'ajouter une banane lorsque vous réduisez le mélange en purée : celui-ci s'épaissira et votre pâte de fruit aussi. Assurez-vous de verser de 3/4 à 1 tasse de purée sur chaque plateau et laissez-la dépasser. Rappelez-vous que la purée verse doit avoir une épaisseur de 1/4" (0,6cm) sur les bords.

En réduisant en poudre mes légumes séchés, à quoi peuvent-ils servir ?
L'ail et l'oignon réduits en poudre sont, comme on le sait, les assaisonnements préférés pour les viandes et sauces. Les tomates en poudre peuvent être reconstituées en sauce de tomates, pâte de tomates, ketchup, jus ou soupe. Il est facile de faire de la poudre. Le mélangeur ou le robot culinaire est l'idéal pour la texture la plus fine. Placez simplement les morceaux de légumes séchés dans le mélangeur et préparez. Rangez dans des bouteilles ou bocaux hermétiquement fermés.

Pendant que les articles sont en train de sécher, faut-il les enlever pour permettre une meilleure circulation sur les aliments encore humides, et éviter ainsi le trop les sécher ?
Oui. Pendant le séchage des aliments, enlevez-les des plateaux et emballage. Les autres pièces encore humides doivent rester dans le déshydrateur jusqu'à ce qu'elles soient complètement sèches. Cependant, si vous avez tranché vos aliments en morceaux uniformes et que vous avez tourné votre plateau à 180° au milieu du cycle de séchage, votre charge devrait finir en même temps.

Avez-vous plus d'informations détaillées dans votre livre Conservez-le, naturellement ! Et s'agit-il de directives ou seulement de recettes ?
Preserve It, Naturally! est un livre relié à spirale de 156 pages. Il contient des centaines de photos couleurs et de diagrammes ! Le livre explique en détail chaque aspect du séchages des aliments des feuilles de menthe aux pistaches. Vous y trouverez des suggestions créatives et artisanales, des instructions pour la fabrication du yogourt et du fromage, la déshydratation des graines et la confection d'aliments pour bébé ! Il y a 170 recettes utilisant des fruits séchés à la maison, des légumes, viandes et graines à essayer, expérimenter ou utiliser comme directives pour la concoction !

Guide de pannes

TOUS LES DÉSHYDRATEURS EXCALIBUR DEHYDRATORS sont vérifiés trois fois en matière d'électricité et de mécanique. Elles sont livrées en parfaite condition. Si vous constatez des dommages sur l'appareil qui sont dus à des conditions de négligence au cours des livraisons, veuillez signaler ce problème au livreur ou au concessionnaire chez qui vous avez acheté l'appareil. Excalibur n'est pas responsable des dommages survenus au cours de la livraison. Pour du support technique d'Excalibur faites le **(916)** 381-4254 de 9h. à 16h du lundi au vendredi.

26

Problème	Réponse
L'appareil ne s'allume pas	Vérifiez la prise de courant avec un autre appareil qui fonctionne. Vérifiez le déshydrateur sur une autre sortie dont l'alimentation fonctionne.
Il n'y a pas de poigné marche/arrêt	Elle est probablement tombée à cause de manque de soins au cours de la livraison. Regardez dans la boîte ou l'emballage. Remplacez en alignant le plat sur la poignée marche avec le plat sur la poignée. Appuyez complètement.
Le ventilateur fait un bruit de frottement	**Il se peut, à cause d'une mauvaise livraison, que** les plateaux ont été forcés dans l'écran protecteur du ventilateur. Enlevez les plateaux, et soufflez sur la pale du ventilateur pour trouver l'endroit où il se frotte contre l'écran. Il se peut que vous deviez mettre le ventilateur sous tension et appuyer doucement contre l'écran et écouter si le bruit augmente. Avec une paire de pince à bec effilé, tirez l'écran loin de la pale du ventilateur au point de contact.
PAS DE CHALEUR, mais le ventilateur fonctionne.	Enlevez les plateaux et vérifiez s'il n'y a pas de fils lâches. Il se peut qu'il y ait de la poussière ou des débris de livraison qui bloquent les petits points électriques dans le thermostat ou qu'une mauvaise livraison les a bloqués. Pendant que le ventilateur fonctionne, fermez et ouvrez la poigné entre le réglage le plus bas et le plus haut, en pausant un moment après chaque réglage. Avec vos mains libres, tapez fermement sur l'arrière de l'appareil entre la poigné pendant que vous êtes en train de le tourner. Répétez pendant au moins 30 secondes ou 10 à 15 rotations de la poignée.
Il n'y a pas de multiécrans	Les multiécrans sont tous places sur le plateau de bas ou sur celui d'en haut. Prenez tous les plateaux et regardez à l'intérieur des déshydrateurs avec de la lumière en suffisance pour les voir. Ils sont là.
Il manque des accessoires	Les accessoires **de cuisine** sont livrés dans la boîte de déshydration, sauf la peleuse de pomme, le coupeur en V, le pistolet à charqui ou le canon. Il sont sur la partie latérale du déshydrateur et il se peut qu'ils ont glissé en dessous. Contrôlez de nouveau dans l'emballage. Les feuilles Paraflexx sont de la même couleur que la boîte de carton ondulée, donc regardez bien.
La porte semble brisée ou égratignée à la base	**La plupart des pièces en plastique sont moulées par injection. Un moule** est placé dans une machine à moulage par injection, où le plastique est fondu et injecté à des pressions très élevées dans le moule. L'endroit où le plastique entre dans le moule s'appelle l'entrée. Toutes les pièces en plastique doivent avoir une entrée. La plupart des entrée se trouve à une endroit où elles ne peuvent pas être vues. La meilleur place pour l'entrée sur la porte était le centre à la base. Nous brisons l'entrée et, si nécessaire, limons toutes les excroissances pointues. Ceci est le mieux que nous pouvons faire vu les contraintes de la conception. .

Commandez en ligne www.drying123.com

Excalibur Products

Préservez-le, naturellement !

Finalement, voici votre source unique de directives pour déshydrater les aliments et de recettes. Ce livre relié de 156 pages vous enseignera les bases de la déshydratation et vous inspire à obtenir le maximum de votre déshydrateur. De nombreuses photos à 4 couleurs et des illustrations pratiques.

Sulfite acide de sodium

Pour des aliments séchés parfait, le sulfite acide de sodium Excalibur empêche le brunissage et préserve les couleurs naturelles des fruits et légumes. Il aide également à préserver les vitamines et les valeurs nutritives pouvant se perdre au cours du processus de séchage. Le sulfitage est facile : il suffit de mélanger à l'eau et de l'utiliser ainsi.

Feuilles Excalibur non collantes

Nos feuilles non collantes sont parfaites pour les rouleaux de fruits, craquelins ou tout ce qui colle naturellement.
Ces feuilles sont flexibles, durables, et réutilisables. Elles sont conçues spécialement pour votre déshydrateur Excalibur et peuvent également être utilisées dans des applications de préparation, traitement et cuisson des aliments. Facile à nettoyer, tolère des températures élevées.

Bon de commande

Quantité	*Article*	*Coût par unité*	*Total*
	Conservez-le, naturellement !	$24.95	
	Sulfite acide de sodium 10oz. (0,3 litre)	$4.95	
	Feuille de séchage non collante 14 x 14 (25 X 35cm)	$10.50	
	Feuille de séchage non collante 11 x 11 (28 X 28cm)	$8.50	
	Peleuse de pomme Excalibur	$24.95	
	Le coupeur en V original	$34.95	
	Pistolet à charqui	$34.95	
	Canon à charqui	$69.95	
	Assaisonnement à charqui (Régulier)	$8.95	
	Assaisonnement à charqui (Teriaki)	$8.95	
	Le livre complet des aliments crus	$25.00	
	Cuisine végétarienne délicieuse et saine faites avec des aliments vivants. Comprend plus de 350 recettes des chefs spécialistes en aliments crus les plus célèbres au monde.	Sous total	
☐ Chèque annexé (allouez 2 semaines pour le traitement) ☐ MC ☐ Visa ☐ American Express ☐ Discover		(7.75% résidents CA) Taxe de vente	
No. de carte :		Expédition	$7.50
Date d'expiration		Total annexé	
Signature			
Nom			
Adresse			
Ville	État (Province)	Code postal	

Détachez le bon de commande et postez avec votre paiement à :

EXCALIBUR PRODUCTS

A DIVISION OF KBI

6083 Power Inn Road, Sacramento, CA 95824

Porte basculante pratique Excalibur

Vous aimerez la porte amovible Excalibur. Il suffit de soulever la porte et de la placer par-dessus le déshydrateur. Il est maintenant facile de glisser et de retirer les plateaux pour charger, décharger, surveiller et nettoyer. Il est possible de placer Excalibur n'importe où sur le comptoir de la cuisine.

Modèle 4 de petit plateau

Pour installer la porte, glissez tous les plateaux, puis glissez la porte dans les cannelures situées dans les côtés du déshydrateur (voir fig. 1).

Modèle 5 de plateau moyen et Modèle 9 de grand plateau

Fig. **1**

Pour installer la porte tenez-la légèrement à l'angle, (voir fig.2). Placez les crochets à l'intérieur supérieur de la pièce d'appui en haut du déshydrateur (voir l'illustration A). Assurez-vous qu'il y a un espace égal entre la porte et la partie latérale du déshydrateur, (voir fig. 3), et que la base de la porte de touché pas aux côtés, (voir les illustrations avant et latérale B). Ceci permet à l'air humide de sortir.

Illustration A

Avant

Illustration B

Crochets

Fig. 2